LE TOUQUET-PARIS-PLAGE LE TOUQUET-PARIS-PLAGE

CARTE / MAP CARTE / MAP CARTE / MAP CARTE / MAP CARTE / MAP

A CHACUN SA PROMENADE...
EVERYONE HAS HIS OWN WAY OF GETTING AROUND...

La Pomme de Pin (pour les amateurs)
En flânant le long des allées de la forêt, vous croiserez cavaliers et cyclistes. Près du centre équestre, faites l'ascension de la "Butte Stapula" au lieu-dit "Dune aux Loups". De cet observatoire, vous découvrirez Etaples et toute la Baie de la Canche. Une fois dans les bois, marchez paisiblement, en suivant le chemin dont la flore est riche d'espèces rares.

Strolling along the forest paths you will pass horse riders and cyclists. Near the questrian center, try climbing the "butte Stapula" hill, at the place called "Dune aux loups". From this observation point you will be able to see Etaples and the whole of the Canche Bay. When you are in the woods have a pleasant and calm wolk following the path rich with rare species.

Le Daphné (pour les confirmés)
Partez tôt pour une admirable promenade formée de boucles et de moments d'escalades, dans la fraîcheur de la forêt. En haut de la boucle des ombrages : les jardins de rêves de la villa "la belle au bois dormant", architecturés de conifères de grande taille et d'allées bordées de buis. Son arbre "Araucaria", ou "désespoir du singe" s'élève majestueusement au bord de l'allée centrale. Plus loin, à la sortie des bois, vous découvrez le "Daphné Lauréola" ou "laurier des bois" qui, en février/mars a l'aspect d'un rhododendron aux fleurs jaune/vert et aux fruits noirs.

Leave early for a marvellous walk made up of loops and climbs in the cool of the forest. At the top of the shady loop : the dreamy gardens of "la Belle au bois dormant" villa, with its architecture of tall pines and paths lined with bushes. Its "araucaria" or "monkey puzzle tree" rises majestically on one side of the central path. Fuether on, coming out of the wood, you will find the "Daphné Lauréola" or "forest laurel" which in winter looks like a rhododendron with its yellow/green flowers and black fruit.

La Feuille de Chêne (pour les explorateurs)
Peut-on rêver d'un air plus pur que celui de la mer allié aux senteurs dégagées par le pin maritime, le chêne, le frêne, l'aulne et l'érable. Pour parvenir au Polo, il faut traverser la route nationale qui rejoint Etaples. Une fois franchie cette limite, vous pénétrez dans un endroit idyllique où la végétation est exhubérante et riche. Continuez dans la forêt. Dans la plaine du "Noeud de Cucq" se trouve le golf. Admirez un instant les golfeurs. Le chemin du retour vous emmène vers le "jardin d'Ypres" d epuis lequel vous découvrirez le Marché Couvert qui enjambe la rue.

Can one dream of a purer air than that of the sea mixed with the aromas of the maritime pines, the oaks, the ash, alder and maple. To get to the Polo, it is necessary to cross the main road to Etaples. Once past this limit you enter an idylic area of exhuberant and rich vegetation. Continue into the forest. The Gold Course is on the "Noeud de Cucq" plain. The return path takes you towards the "jardin d'Ypres" - The Ypres garden - from which you can see the covered market which straddles the road.

L'Argousier (pour les chevronnés)
La plus belle promenade de la Station. Vous y consacrerez la journée, et reviendrez impressionné. En longeant la Baie de Canche en contrebas de la route, puis pendant une heure le long de la mer, vous atteindrez une vaste échancrure dans la dune située au sud de la Station. Pénétrez-y. Un large chemin sinueux traverse le lieu-dit "Croc à Marie ". Vous pourrez flâner à travers les dunes, sans quitter ce chemin, puis vous regagnerez la route derrière l'institut de thalassothérapie.

This is the most beautiful walk in the resort. It will take you a whole day and you will come back impressed. Walking along the Canche Bay below the road, then, for an hour along the seashore, you will reach a vast gap in the dunes to the south of the resort. Turn in to it. A wide winding path crosses the place called "Croc à Marie". You can stroll across the dunes without leaving this path, to reach the road behind the Thalassotherapy Insitute.

LA FORET D'AUJOURD'HUI...
THE FOREST TODAY

50 km d'avenues forestières réservées aux promenades piétonnes traversent les quartiers résidentiels d'où l'on peut apercevoir des demeures Touquettoises blotties au fond des bois. 45 km de pistes cavalières font le bonheur des passionnés d'équitation. Les accotements publics sont plantés régulièrement offrant ainsi à la Station son caractère typique d'immense jardin.

50 km of forest avenues reserved for walking cross residential areas where one can see the houses of Le Touquet surrounded by woods. 45 km ok tracks are available for horse riders. The verges and public spaces of the town are regulary planted giving the resort its typical aspect of an immense garden.

Fragilité de la forêt ***Fragility of the forest***
La régénération s'effectue par semis naturels et par plantations annuelles. Ainsi, 3000 plants forestiers sont installés chaque année, comme des "pins laricio", chênes, frênes et hêtres.

Regeneration is carried out by natural sowing and by annual plantings. In this way, 3000 forest plants such as "laricia pines", oaks, ash and beech are planted avery year.

Fragilité de la dune ***Fragility of the dunes***
Alors que le vent tente éternellement d'ensabler la dune boisée, celle-ci se retranche derrière une barrière naturelle de sable et d'oyats. Respectez les brisevent et le tracé du sentier.

While the wind tries unceasingly to sand up the wooded dunes, it shelters behind a natural barrier of sand and marram gra s s. Help maintain this windbreak and keep to the pathways.

D'autres promenades vous sont proposées,
la promenade découverte et les promenades équestres.
Renseignements auprés de l'Office de Tourisme

LE TOUQUET-PARIS-PLAGE TOURISME

Palais de l'Europe - Place de l'Hermitage
62520 Le Touquet-Paris-Plage
Tel. : (33) 03 21 06 72 00 - Fax : (33) 03 21 06 72 01
contact@letouquet.com

www.letouquet.com

roseetpiment.com • Crédits photos : pixel-zoom.com - plisson.com - mincoin.com - studiojany.fr • Tirage 3 000 exemplaires • Avril 2009

LE TOUQUET PARIS - PLAGE

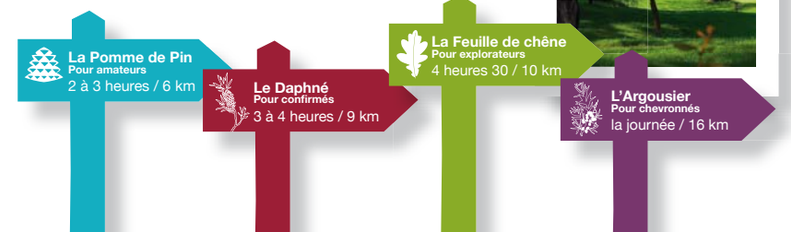
PROMENADES NATURE
WALKS NATURE

LE TOUQUET-PARIS-PLAGE LE TOUQUET-PARIS-PLAGE

ENTRE DUNES ET FORETS...

Ici la nature est omniprésente.
Ce patrimoine exceptionnel entretenu toute l'année vous invite à de merveilleuses escapades… Le temps d'une promenade en forêt, le long des sentiers balisés, laissez-vous enivrer par les senteurs parfumées des pins maritimes et essences variées…
«La Pomme de Pin», «Le Daphné», «La Feuille de Chêne» ou «L'Argousier».

Here, nature is everywhere!
This outstanding site, well stewarded throughout the year, invites you to venture into its wonders… Take the time to stroll through the forest, along marked out paths, and allow yourself to be intoxicated by the heady scent of maritime pines and a varied mix of plant species…
"La Pomme de Pin" (The Pine Cone), "Le Daphné" (The Spurge Laurel), "La Feuille de Chêne" (The Oak Leaf) or "L'Argousier" (The Sea Buckthorn).



LE CODE DU RANDONNEUR
RAMBLER'S CODE

Pour réussir sa randonnée
For a successfull walk

Suivez les allées et sentiers indiqués sur le plan et repérez le balisage qui marque les arrêts.
Follow the signposted paths and tracks on the plan and find that indicate the halts.

Respectez les itinéraires, ne cueillez pas de végétaux.
Keep to the path and, do not pick the plants.

Devant les propriétés privées, la discrétion est recommandée.
When walking past private property please be discrete.

ATTENTION AU FEU ! Ne jetez pas de cigarettes et n'allumez pas de feu.
TAKE FIRE PRECAUTIONS ! Do not drop cigarette butts and do not light fires.

Respectez la signalisation, les règlements et les interdictions. Ils sont un appel à la protection des milieux naturels sensibles.
Follow the signposting, respect the rules and prohibitions, they are there to protect sensitive natural habitats.

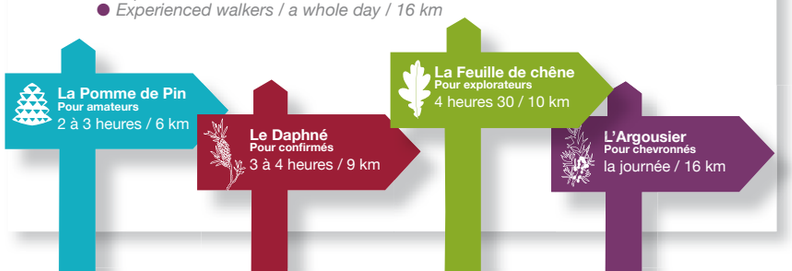
Ne sortez pas des sentiers balisés et tenez les chiens en laisse.
Do not go off the signposted tracks. Keep dogs on leads.

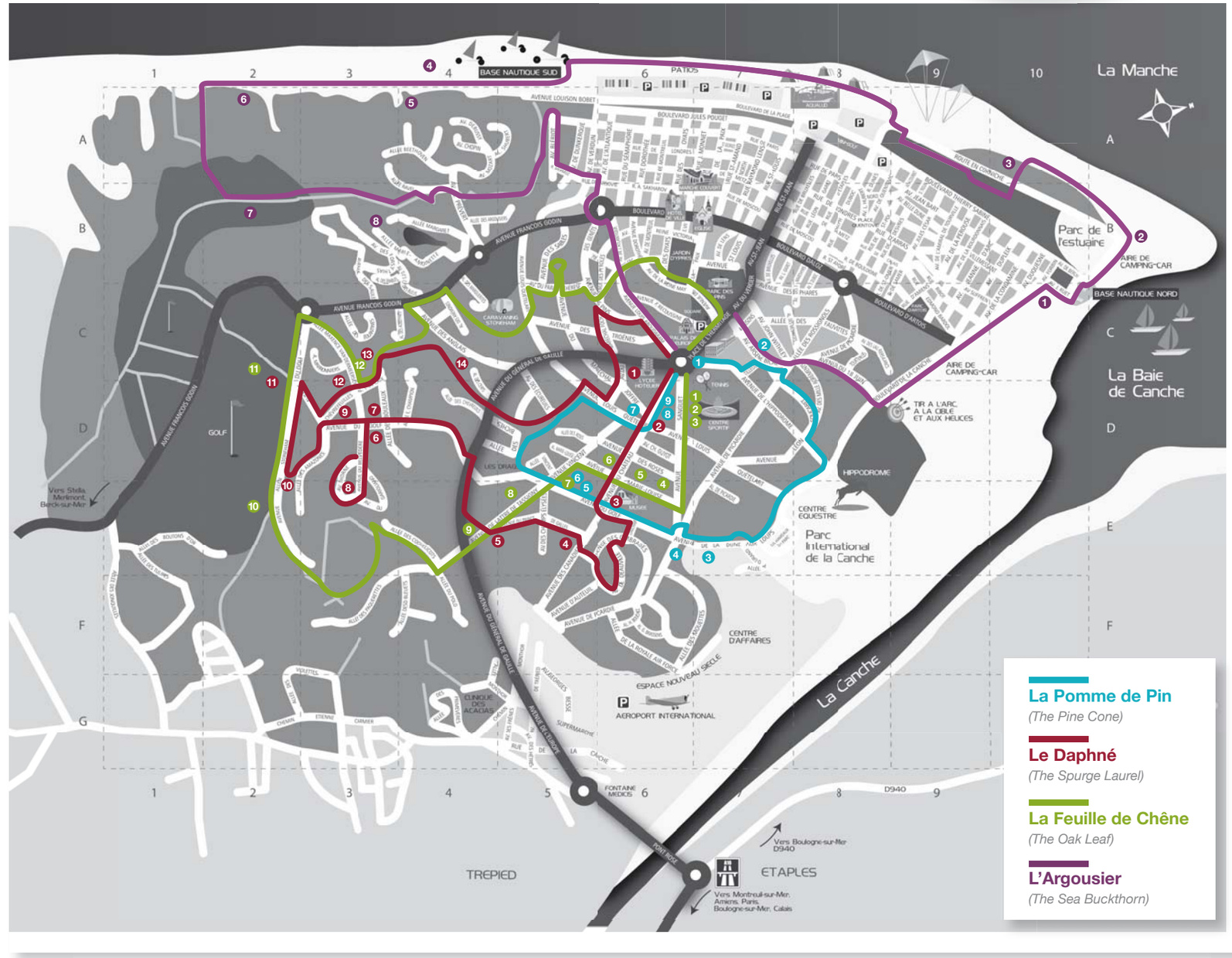
Ne surestimez pas vos capacités ! Commencez par un itinéraire court.
Do not overestimate your capacities ! Start by a short itinerary.

Equipez-vous de bonnes chaussures et de chaussettes adaptées, d'un coupe-vent imperméable ou d'un chapeau en cas de grand soleil. Pensez à vous alimenter et à boire régulièrement.
Wear stout walking shoes with ap p ropriate socks. Take a rain proof wind jacket or a hat on a hot sunny day. Remember to eat and to drink regularly.

LE BALISAGE MODE D'EMPLOI
THE BEACONING (TAGGING), THE INSTRUCTIONS FOR USE

- *Amateur walker / 2 to 3 hours / 6 km*
- *Confirmed walkers / 3 to 4 hours / 9 km*
- *Explorers / 4 hours and a half 30 / 10 km*
- *Experienced walkers / a whole day / 16 km*





LE TOUQUET-PARIS-PLAGE LE TOUQUET-PARIS-PLAGE

4 Le sable Touquettois
Les matériaux qui le constituent proviennent de l'érosion des falaises bordant la Manche, et les roches léchées par les fleuves qui s'y jettent. Toutes ces particules transportées en suspension dans l'eau sont déposées sur la plage.

The matter that the sand is composed of comes from the erosion of the cliffs facing the Channel, and from the rocks washed by the rivers that flow into it. All these particles which are carried in suspension in the water are disposited on the beach.

5 L'Avant Dune
La mer n'atteint cette partie qu'exceptionnellement lors des grandes marées. L'action conjuguée du vent et des embruns salés permet l'installation d'une flore spécifique.

The sea only reaches this part very exceptionally with the neap tides. The combined action of the wind and the salt spray favours the proliferation of a unique flora.

6 Dune Blanche
Avec ses longues racines, l'oyat s'ancre profondément dans le sol. Ses nombreuses feuilles longues et fines lui permettent de retenir le sable porté par le vent qui se dépose ainsi à la base de la plante.

With its long roots, the marram grass plants itself deep in the ground. Its numerous long fine leaves permit it to retain the sand carried by the wind which is deposited around the base of the plant.

7 Dune Arbusive
A l'abri du vent et des embruns, les conditions sont favo rables à l' implantation d'arbustes comme le troëne, l ' argousier et le sureau noir. Cette végétation impénétrable constitue un repère pour les animaux, (fouines, belettes, lapins, sangliers).

Sheltered from the wind and spray conditions here is favo u rable to bushes such as the privet, the sea buckthorn and the black elder. This impenetrable vegetation provides a safe habitat for animals (ferrets, weasels, rabbits and boar).

8 L'origine des plantes dunaires
Les graines des plantes dunaires sont transportées très loin de leur point d'origine, et leur ge rmination est favorisée par le passage dans le tube digestif de l'oiseau.

The seeds of the dune plants are transported far from their point of origin and their germination is encouraged by their passa ge through the digestive systems of birds.

La Pomme de Pin
Pour amateurs
2 à 3 heures / 6 km

La Pomme de Pin
Départ av. de l'hippodrome
Durée : 2 à 3 heures

1,75 m
1. Chêne vert ou chêne yeuse (Quercus ilex)
Essence méditerrannéenne. Feuillage persistant.
Mediterranean variety. Evergreen foliage.

70 ans 3,90 m 35 m
2. Peuplier du Canada (Populus deltoïdes)

100 ans 3,70 m 30 m
3. Frêne commun (Fraxinus excelcior)
Classé arbre remarquable.
Listed as a remarkable tree.

3,08 m 28 m
4. Frêne commun (Fraxinus excelcior)

1,82 m 22 m
5. Hêtre commun (Fagus sylvatica)
Rare dans la forêt du Touquet.
Rare in the Le Touquet fo rest.

1,36 m
6. Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)
Taillé en tonnelle.
Pruned in a barrel shape.

1,80 m
7. Marronnier d'Inde (Aesculus hippocastanum)
Ses fruits, les marrons ne sont pas comestibles.
Its fruits, chestnuts are not edible.

1,75 m 28 m
8. Pin Noir d'Autriche (Pinus nigra austriaca)
Espèce pionnière qui a été plantée au Touquet.
Pioneering species planted at Le Touquet.

2,88 m
9. Tilleul commun ou de Hollande (Tilia europea)
Constitué de plusieurs troncs.
Has multiple trunks.

A cet endroit, vous empruntez une allée promenade pour traverser la forêt : "La Plaine aux Biches".

At this point you will take a walking path to cross the fo rest : "La Plaine aux Biches".

Le Daphné
Pour confirmés
3 à 4 heures / 9 km

Le Daphné
Départ av. du château
Durée : 3 à 4 heures

1. Tilleul commun ou de Hollande (Tilia europea)
Résiste bien à la sécheresse. Très employé en ville.
Resist dry weather well. Frequently used in town.

2,29 m
2. Pin Noir d'Autriche (Pinus nigra austriaca)
Le seul à conserver ses branches basses qui peuvent descendre jusqu'au sol.
The only one to keep its lower branches which can touch the ground.

1,26 m
3. Erable champêtre (Acer campestris)
Arbre à croissance très lente.
A tree with a ve ry slow rate of growth.

1,70 m 18 m
4. Cyprés de Lawson (Charmaecyparis lawsoniana)
Spécimen unique qui se dresse comme un phare.
A unique specimen which stands tall like a lighthouse.

2,28 m 23 m
5 Pin de Corse (Pinus laricio corsicana)
Se développe dans les dunes et landes sablonneuses.
Thrives in the dunes and the sandy heath land.

80 ans 3,25 m 26 m
6 Hêtre commun (Fagus sylvatica)
Ses fruits s'appellent "faines".
Its fruits are called "faines".

2,06 m 20 m
7 Tilleul commun ou de Hollande (Tilia europea)
Ses fleurs attirent les abeilles et sont utilisées en tisane
Its flowers attracts bees and are used to make herbal infusions.

2,10 m
8 If commun (Taxus baccata)
Il peut vivre jusqu'à 1000 ans.
It can live to a thousand years of age.

2,05 m 20 m
9 Marronnier d'Inde (Aesculus hippocastanum)

10 Robinier (Robinia pseudoacacia)
On fait des beignets avec ses fleurs blanches.
Fritterscan be made with its white flowers.

Avenue des Amazones, vous emprunterez une allée gazonnée.
Avenue des Amazones, take a lawn path.

100 ans 2,50 m 26 m
11 Pin Maritime ou Pin des Landes (Pinus pinaster)
Espèce pionnière qui a été plantée au Touquet.
Pioneering species planted at Le Touquet.

1,86 m
12 Charme commun (Carpinus betulus)
Ses feuilles sont marescentes; elles restent sèches sur l'arbre durant l'hiver.
Its leaves dry and remain on the tree through the winter.

80 ans 2,30 m 24 m
13 Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)
Une véritable cathédrale de feuilles.
A true cathedral of leaves.

Attention ! Empruntez bien le sentier forestier pour traverser la forêt de la "Plaine aux Pipes".
Care ! Stay on the path while crossing the forest of the "Plaine aux Pipes".

14 Daphné Lauréola ou Laurier des bois

Attention, prudence ! Vous traversez la route nationale pour rejoindre la forêt "La Plaine aux Biches".
Attention, take care ! You will have to cross a main road to get to the forest of "La Plaine aux Biches"

La Feuille de chêne
Pour explorateurs
4 heures 30 / 10 km

La Feuille de chêne
Départ av. J.L. Sanguet
Durée : 4 heures 30

1,74 m
1 Pin Sylvestre ou Pin d'Ecosse (Pinus sylvestris)

2,05 m 20 m
2 Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)

2,05 m 20 m
3 Pin de Corse (Pinus laricio corsicana)

80 ans 2,50 m 24 m
4 Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)
Le Roi de la forêt.
The king of the forest

1,80 m 20 m
5 Sapin de Douglas (Pseudotsuga)
Ses aiguilles dégagent un arôme de résine fruitée.
Its needles give off an aroma of fruity resin.

1,56 m 14 m
6 Erable Plane (Acer platanoïde)
Son feuillage devient jaune d'or à l 'automne.
Its leaves turn golden yellow in the Autumn.

1,36 m
7 Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)

2,56 m 24 m
8 Pin Noir d'Autriche (Pinus nigra austriaca)

2,28 m 23 m
9 Pin de Corse (Pinus laricio corsicana)

1,73 m 18 m
10 Hêtre commun (Fagus sylvatica)

100 ans 2,50 m 26 m
11 Pin Maritime ou Pin des Landes (Pinus pinaster)

80 ans 2,30 m 24 m
12 Chêne Pédonculé (Quercus pédunculata)

Vous pénétrez dans la "Plaine du Polo" où les pins sylvestres se dressent tels des totems. Prudence ! vous traversez la route nationale.
You come on to the "Plaine du Polo"where the pines stand like totem poles. Take care ! You will have tocross the main road.

Age *Age* Circonférence *Circumference* Hauteur *Height*

L'Argousier
Pour chevronnés
la journée / 16 km

L'Argousier
Départ av. A. Bical
Durée : la journée

1 **Les vasières**
La végétation des vases permet de distinguer deux types d ' accumulations vaseuses : la vasière à salicorne proche de la mer ou slikke et le schorre qui occupe la zone la plus haute et donc la moins fréquemment submergée.
The vegetation of the mudflats has two types of mud accumulations : the glasswort mudflat nearer to the sea or "SLIKKE" - low water mud flats - and the "SCHORRE" -high water mud flats - which is the higher zone and thus less frequently submerged.

2 **L'Estuaire**
Ce milieu est très riche en crustacés qui s'enfouissent à marée basse, et vous pourrez y observer des milliers d'oiseaux désensabler les coquillages à l'aide de leur bec.
This zone is rich in shellfish which burrow at low tide. You can see thousands of birds digging for these shellfish with their beaks.

3 **La Pinède**
Elle accueille de nombreuses espèces de mésange de France : la noire, la huppée, la bleue, la charbonnière et la discrète mésange à longue queue.
Shelters many differing species of french tits : black, crested, blue, great tits and the cautious long tailed tit.